



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΚΟΙΝΟΤΗΣ- ΕΝΟΡΙΑ ΠΡΟΦΗΤΟΥ  
ΗΛΙΟΥ ΝΟΡΓΟΥΝΤ ΚΑΙ ΑΝΑΤΟΛΙΚΩΝ ΠΡΟΑΣΤΕΙΩΝ  
GREEK ORTHODOX COMMUNITY & PARISH OF PROPHET  
ELIAS NORWOOD & EASTERN SUBURBS INC

**Ο ΛΟΓΟΣ ΤΟΥ ΘΕΟΥ**  
**ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ**  
**ΦΥΛΛΑΔΙΟ**  
**THE WORD OF GOD**  
**WEEKLY MAGAZINE**

**DATE: 30-01-22 YEAR: 39 NUMBER: 1898**

**WEB PAGE: [PROPHETELIAS.ORG.AU](http://PROPHETELIAS.ORG.AU)**

**FACEBOOK: [FACEBOOK.COM/PROPHETELIASNORWOOD](https://www.facebook.com/PROPHETELIASNORWOOD)**

**EMAIL: [PROPHETELIAS@ESC.NET.AU](mailto:PROPHETELIAS@ESC.NET.AU)**

## ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΩΝ ΤΡΙΩΝ ΙΕΡΑΡΧΩΝ (Εβρ. 13, 7-16) 30 Ιανουαρίου 2022

Πρός τιμήν τῶν μεγάλων Τριῶν Ἱεραρχῶν τοὺς ὁποίους ἰδιαιτέρως ἑορτάζει σήμερα ἡ ἐκκλησία, ἀναγινώσκεται ἡ ἀποστολική περικοπή ἀπὸ τῆς πρὸς Ἑβραίους ἐπιστολῆς. Στὴν περικοπή αὐτὴ κάνει λόγῳ ὁ Ἀπόστολος γιὰ τοὺς ποιμένες καὶ προβάλλει τὴν ἀγρυπνὴ φροντίδα τοὺς γιὰ τὴν δική μας σωτηρία. **«Πείθεσθε τοῖς ἡγουμένοις ὑμῶν καὶ ὑπέικετε· αὐτοὶ γὰρ ἀγρυπνοῦσιν ὑπὲρ τῶν ψυχῶν ὑμῶν ὡς λόγον ἀποδώσοντες».** Νὰ κάνετε ὑπακοή στοὺς πνευματικούς προϊσταμένους σας καὶ νὰ ὑποτάσσεσθε σ'αὐτούς, διότι αὐτοὶ ἀγρυπνοῦν γιὰ τὴν σωτηρία τῶν ψυχῶν σας, διότι αὐτοὶ θὰ δώσουν λόγο στὸν Θεό γιὰ τίς ψυχές σας. Ὁ κάθε Ἱερέας καὶ Ἐπίσκοπος, πρὶν πάρει τὴν ἀπόφαση νὰ εἰσέλθει στὸν εὐλογημένο χορὸ τοῦ Ἱεροῦ κλήρου, ὀφείλει νὰ μελετήσει μὲ μεγάλη προσοχή τὸν σημαντικὸ καὶ ὑπεύθυνο ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ ρόλου του. Νὰ αἰσθανθεῖ τὴν ἀνθρώπινη ἀδυναμία του καὶ νὰ ζητήσει ἀπὸ τὸν Παντοδύναμο Κύριο τὴν ἀπαραίτητη βοήθειά Του. Πολλές φορές ἔχουμε ἀναφερθεῖ στό δύσκολο ἔργο τοῦ ποιμένου ψυχῶν. Σήμερα περισσότερο θὰ μείνουμε στὴν ἐγρήγορη τοῦ ἀγρυπνοῦντα ποιμένα τῶν λογικῶν προβάτων τοῦ Κυρίου. Αὐτός ἔχει πάρει ἐντολή ἀπὸ τὸν Ἀρχιποίμενα Χριστό, νὰ προσέχει τὰ λογικά Του πρόβατα καὶ νὰ τὰ ὀδηγεῖ σὲ νομές σωτηρίους. Ὅχι ἀπλῶς νὰ τὰ προστατεύει ἀπὸ τοὺς τοὺς προβατόσχημους θρησκευτικούς λύκους, ἀλλὰ καὶ ἀπὸ κάθε κοσμικὴ ἐπίδραση πού ἀλλοιώνει τὰ χρηστά ἤθη. Ἀγρυπνεῖ καὶ προσεύχεται γιὰ μᾶς καὶ γιὰ τὸ γενικὸ καλὸ μας. Σκοπὸς του εἶναι νὰ μᾶς προστατεύει ἀπὸ τοὺς πειρασμούς καὶ ἀπὸ τίς ἐπιθέσεις τῶν ἀοράτων ἐχθρῶν. Προσπαθεῖ καὶ ἀγωνιᾷ ὁ βοσκὸς τοῦ Θεοῦ νὰ μᾶς στερεώσῃ στὴν πίστη καὶ μὲ διάκριση νὰ μᾶς ὀδηγήσῃ στὴν κατὰ τοῦ Θεοῦ τὸ θέλημα ζωὴ. Οἱ Ἅγιοι Μεγάλοι Ἱεράρχες, ἐκοπίαζαν, ξαγρυπνοῦσαν καὶ φρόντιζαν νύχτα μέρα, μὲ ἔργα ἀγάπης καὶ φιλανθρωπίας, διὰ τοῦτο καὶ ὁ Ἀπόστολος Παῦλος μᾶς προτρέπει νὰ κάνουμε ὑπακοή μὲ ἀπόλυτη προθυμία καὶ ὄχι μὲ πίεση. Ἔχουμε χρέος ὑπακοῆς ἀπέναντί τους, ὥστε νὰ ἐπιτελοῦν τὸ ἱερό ἔργο τους μὲ προθυμία καὶ χαρὰ καὶ ὄχι μὲ στεναγμούς. Δέν εἶναι δίκαιον καὶ οὔτε συμφέρει στὴν ψυχὴ μας, ἐὰν μὲ τίς ἀντίθεες συμπεριφορές μας τοὺς κάνουμε νὰ στενάζουν καὶ νὰ πικραίνωνται. Οἱ ἴδιοι αὐτοὶ Ἅγιοι Πατέρες τοὺς ὁποίους ἐπέλεξε ἡ Ἐκκλησία μας νὰ τιμᾷ καὶ τοὺς τρεῖς σὲ μιά μέρα, ἔχουν μιλήσει κατὰ κόρον περὶ αὐτοῦ. Ὁ Ἱερός Χρυσόστομος λέγει: «Ἄς τὰ ἀκούσουν αὐτὰ τὰ λόγια τοῦ Ἀποστόλου Παύλου οἱ

ἄρχοντες καί οἱ ἡγούμενοι καί ὄχι μόνον οἱ ὑπήκοοι καί ἀρχόμενοι, ὥστε νά εἶναι καί αὐτοί νηφάλιοι καί ἄγρυπνοι καί συνετοί στό ἔργο τους, ὡς ὑπεύθυνοι τοῦ πληρώματος τῆς Ἐκκλησίας, διότι κινδυνεύουν νά ὑποστοῦν τιμωρία γιά τά ἁμαρτήματα τῶν ὑπηκόων τους καί τοῦ ποιμνίου, πού ἔχουν ἀναλάβει. Καί πῶς ἐκεῖνος ἀγρυπνεῖ καί χύνει δάκρυα γιά τήν σωτηρία σου, καί ἀμύνεται μέ ἀναστεναγμούς, ὑπέρ ἐσοῦ, στόν Θεό καί ἐσύ ἀδιαφορεῖς καί ἀμελεῖς γιά τήν σωτηρία σου καί γίνεσαι ἀνυπάκουος καί βάνουσος σέ ὅσα σέ συμβουλεύει νά κάνεις; Μή πάρεις θάρρος ἐπειδή δέν σέ ἐκδικῆται γιά τήν ἀνυπακοή σου, διότι ὁ ἀναστεναγμός του εἶναι ἡ πιό φοβερή ἐκδίκηση. Διότι τότε καλεῖ σέ βοήθεια τόν Δεσπότη, ὅπως στήν περίπτωση ἑνός δασκάλου, πού ὅταν τό παιδί δέν ἀκούει καί τότε καλεῖται ἐκεῖνος, πού εἶναι αὐστηρός παιδαγωγός, ἔτσι καί ἐδῶ. Πῶ, πῶ πόσο μέγανος κίνδυνος εἶναι αὐτός! Σέ πόση μεγάλη ἄβυσσο τιμωριῶν σπρώχνουν τούς ἑαυτούς τους ἐκεῖνοι πού ἀδιαφοροῦν! Καί πόσοι εἶναι ὑπόλογοι σέ ὅσους ἐξουσιάζου, γυναῖκες, ἄνδρες, παιδιά, καί πόση μεγάλη φωτιά βάζουν στό κεφάλι τους! Ἀναρωτιέμαι, -συνεχίζει ὁ Ἅγιος πατήρ- πῶς μποροῦν νά σωθοῦν αὐτοί, πού τέθηκαν κεφαλή τοῦ σώματος, ὅταν ὑπάρχει τόση μεγάλη ραθυμία, καί μέ πόση μεγάλη εὐκολία καταλαμβάνουν θέσεις ἐξουσίας ἄνθρωποι, ὅταν ἔχουν τόση μεγάλη εὐθύνη καί διατρέχουν τόσο μέγανος φόβος. Διότι, ἐάν αὐτοί πού διά τῆς βίας ἀνέλαβαν τήν ἐξουσία εἶναι ἀδικαιολόγητοι καί δέν συγχωροῦνται, ὅταν δέν κυβερνοῦν σωστά καί παραμελοῦν τά καθήκοντά τους, πόσο περισσότερο θά τιμωρηθοῦν ὅσοι μέ μανία ἀναζητοῦν καί ἐπιδιώκουν ἀπό μόνοι τους θέσεις στήν Ἱεραρχία; Ἕνας τέτοιος στερεῖ τόν ἑαυτό του ἀπό κάθε ἐλπίδα συγχώρεσης. Διότι καί ὁ Ἄαρών πού ἐξ ἀνάγκης ἀνέλαβε τήν ἐξουσία, κινδύνευσε καί αὐτός καί ὁ Μωϋσῆς, ἄν καί πολλές φορές παρακάλεσε τόν Θεό νά τόν συγχωρέσει, ἐξ αἰτίας τῆς ἀρνήσεώς του νά ἀναλάβει τό ἔργο πού τοῦ ἀνατέθηκε. Καί ὁ Σαούλ, στόν ὁποῖο ὁ Θεός ἐμπιστεύθηκε τήν ἐξουσία, παρά τήν ἄρνησή του, κινδύνευσε καί αὐτός νά πάθῃ κακό, ἐπειδή δέν ἔπραξε τό καθήκον του. Πράγματι, πρέπει νά ἔχουμε φόβος Θεοῦ καί νά τρέμουμε ἐξ αἰτίας τοῦ βάρους πού ἀναλαμβάνουμε καί λόγος τῆς συνειδήσεώς μας, ὥστε ἐάν μὲν μᾶς ἀνατεθεῖ ἐξουσία νά μή τήν ἐγκαταλείψουμε κί ἄν δέν μᾶς ἀνατεθεῖ, νά μή τήν ἐπιδιώκουμε μέ κάθε μέσο, ἀλλά νά φεύγουμε σκεπτόμενοι τό μέγεθος τῆς εὐθύνης καί τοῦ ἀξιώματος. Καί πρόσεξε τήν σοφία τοῦ Παύλου. Διότι δέν λέγει ἀνέχεσθε τόν λόγο τῆς

παραινέσεως, αλλά τόν λόγο τῆς παρακλήσεως, δηλαδή τῆς προτροπῆς καί παρηγορίας, ὥστε ἡ Χάρη τοῦ Κυρίου νά εἶναι μαζί μας. Καί πῶς θά εἶναι μαζί μας; Ἐάν δέν ἐξευτελίζουμε τήν εὐεργεσία, ἐάν δέν εἴμαστε ράθυμοι καί ἀδιάφοροι στήν μεγάλη δωρεά τοῦ Θεοῦ, πού εἶναι ἡ ἄφεση τῶν ἁμαρτιῶν μας, ἡ κάθαρση καί συμφιλίωσή μας μέ τόν Θεό καί ἡ εὐδοκίμηση στήν ἀρετή μέ τήν βοήθεια τοῦ Ἁγίου Πνεύματος. Διότι αὐτή εἶναι ἡ αἰτία ὅλων τῶν ἀγαθῶν καί δωρεῶν καί αὐτή μᾶς καθοδηγεῖ σέ ὅλα, ὅταν δέ ἀπομακρύνεται, πέφτουμε σέ φθορά καί θάνατο. Μένουμε γυμνοί καί ἔρημοι τῆς Χάριτος καί καταστρεφόμαστε. Ἄς σκεφτώμεθα πάντοτε τά οὐράνια, ὥστε νά παραμείνει ἡ χάρη μαζί μας, γιατί ἀπομακρύνεται, ὅταν ἔχουμε τόν νοῦ μας στά βιοτικά καί πρόσκαιρα. Βλέπεις ὅτι μία ψυχή πού ἔχει κοσμικό φρόνημα δέν μπορεῖ νά ἔχει τήν Χάρη τοῦ Ἁγίου Πνεύματος. Χρειάζεται, λοιπόν νά καταβάλλουμε πολλή συνεχῆ προσπάθεια ὥστε νά τήν κρατήσουμε καί νά τήν διατηρήσουμε κοντά μας, ὥστε νά οἰκονομεῖ ὅλα μας τά ἔργα καί νά μᾶς κατευθύνει μέ ἀσφάλεια καί πολλή εἰρήνη. Σκεπτόμενοι ἀδελφοί μου τήν μεγάλη εὐθύνη τῶν πνευματικῶν μας πατέρων, σίγουρα θά κάνουμε ὑπακοή γιά νά ἐλαφρῶνουμε τό βᾶρος τους.

**SUNDAY OF THE THREE HIERARCHS (Heb. 13:7-16) January 30th 2022**

In honour of the Great Three Hierarchs whom the Church especially celebrates today, an apostolic passage from the Epistle to the Hebrews is read. In this passage, the Apostle speaks for the shepherds and highlights their vigilant care for our salvation.

***“Obey your leaders and submit to them, for they watch over your souls as those who must give an account.”*** Obey your spiritual leaders and be submissive to them, for they are vigilant for the salvation of your souls, as they will give account to God for your souls. Before making the decision to enter the blessed order of the Holy Clergy, every priest and bishop must study with great care his important and responsible role before God. He must feel his human weakness and ask the Almighty Lord for His necessary help. We have often referred to the difficult work of the shepherd of souls. Today we will consider longer the vigilance of the shepherd of the “logical sheep” of the Lord. The Lord Christ has commanded him to take care of His logical sheep and to lead them to the pastures of salvation; to not only protect them from the religious wolves disguised as sheep, but also from any secular influence that alters good morals. He watches and prays for us and for our general good. His purpose is to protect us from temptation and the attacks of invisible enemies. The shepherd of God strives to secure us in the faith and with discernment to lead us to the real life that is according

to God's will. The Holy Great Hierarchs worked, watched and cared, night and day, with works of love and charity, for which reason the Apostle Paul urges us to obey with absolute willingness and not with pressure. We owe an obligation of obedience to them so they will do their holy ministry with enthusiasm and happiness and not in anguish. It is neither fair nor does it benefit our soul, if we make them groan and become bitter because of our contrary behaviour. These Holy Fathers, whom our Church has chosen to honour all three in one day, have spoken extensively about it. Saint Chrysostom says: *"When the words of the Apostle Paul are heard by the rulers and the authorities, and not only by the citizens and the ruled, let them also be sober and watchful for the sins of their subjects and their flock and prudent in the work which they have undertaken. And since they stay awake and shed tears for your salvation, and stand before God with sighs for you, how can you be indifferent and careless for your salvation, and be disobedient and cruel to them? Do not take courage because he does not avenge you for your disobedience, because his sigh is the most terrible revenge. Because that is when he calls the Master for help - as in the case of a teacher whose pupil does not listen, so he calls the Principal, who is a strict teacher. Alas, what great danger those pupils are in! To what great abyss of punishments do those who are indifferent push themselves! And how accountable to those they rule over, women, men, children, and how much fire is heaped on their heads! I wonder, - the Holy Father continues - how can those who become the head of the body be saved, when there is so much slothfulness, and with how much ease people occupy positions of power, when they have such a responsible role and take such a great risk! For, if those who forcibly took power are unjustified and are not forgiven when they do not govern properly and neglect their duties, how much more will they be punished who maniacally seek and obtain positions in the Holy Clergy? Such a person deprives himself of every hope of forgiveness. Even Aaron, who had power thrust on him, was in danger, and also Moses, who many a time begged God to forgive him because of his refusal to undertake the work entrusted to him. Saul, to whom God entrusted his authority, in spite of his refusal, was also in danger of getting hurt because he didn't do his duty. Indeed, we must fear God and tremble because of the weight we take on and because of our conscience. If we are entrusted with authority, we should not abandon it, and if we are not entrusted with it, we should not seek it at all, considering the size of the responsibility and the position. Pay attention to Paul's wisdom. For he does not say that you should tolerate advice, but supplication: that is, stirring up and consolation, that the Grace of the Lord may be with us. How will he be with us? If we*

*do not humiliate the good, if we are not reluctant and indifferent to the great gift of God - the remission of our sins, our purification and reconciliation with God and the blessing of our help from God. For this is the cause of all good gifts and guidance in everything. When this is removed, we fall into decay and death. We are left naked and deserted by grace and we are destroyed. Let us always think of the heavens, so that grace may remain with us. Grace moves away when we have our minds on this temporary life. You see that a soul that has a worldly mind cannot have the Grace of the Holy Spirit. So we need to make a lot of continuous effort to keep it and keep it close to us, to manage all our work and to guide us safely and with a lot of peace".* Considering the great responsibility of our spiritual fathers, my brethren, we will surely obey and lighten their weight.

### **Baptisms**

On Saturday morning 22nd of January 2022, Mr and Mrs Nicholas and Chrisi Willmot baptised their beautiful daughter in our Church. Her Godparent John Papayianis gave her the name Mischa (Μίσχα).

In the evening, Mr and Mrs Frank and Anastasia Iarriccio baptised their cute son in our Church. The Godparent Elias Mitani gave him the name George.

### **Ἱερέσ ἀκολουθίες - Church Services**

Κάνουμε γνωστό ὅτι αὐτὴν τὴν Τετάρτη 2 Φεβρουαρίου ἀνήμερα τῆς Ὑπαπαντῆς τοῦ Κυρίου, θὰ τελέσωμε εἰς τὸν Ἱερό Ναό μας, Ὁρθρο καὶ Θεία Λειτουργία, ἀπὸ τίς 8.00 μέχρι τίς 9.30 τὸ πρωῖ (περίπου). Ἐπίσης κάνουμε γνωστό ὅτι τὴν Παρασκευὴ 4 Φεβρουαρίου, Ἰσιδώρου τοῦ Πηλουσιώτου, ἡμέραν κατὰ τὴν ὁποίαν ὁ π. Σταῦρος ἔλαβε τὴν εἰς πρεσβύτερον χειροτονία του, θὰ τελέσωμε Ὁρθρο καὶ Θεία Λειτουργία ἀπὸ τίς 8 ἕως τίς 9.30 περίπου τὸ πρωῖ.

**This Wednesday, February 2,** Day of the Lord's welcoming in the Temple, Matins and Divine Liturgy, 8am - 9.30am approx..

**Friday, February 4,** Isidore of Pelousiotis, the day when Fr. Stavros was ordained as Presbyter, Matins and Divine Liturgy from about 8am to 9.30am.

### **Δωρεές - Donations**

Οἰκ. Δημητρίου Κοσμᾶ	ὑπὲρ ὑγείας καὶ σωτηρίας	\$200
Καλλιόπη Κοτζιᾶ	εἰς μνήμην τοῦ ἀειμνήστου συζύγου της Μιχαήλ	\$ 50
Εἰρήνη Ζαννῆ	εἰς μνήμην Ὁλγας Πιζήμολα	\$ 50
Ἀθανάσιος Κουρنيώτης	εἰς μνήμην Ὁλγας Πιζήμολα	\$ 50
Κυριακὴ Τυφλίτη	ὑπὲρ ὑγείας καὶ σωτηρίας	\$ 50
Χλόη Μαυροψῆ	ὑπὲρ ὑγείας καὶ σωτηρίας	\$ 30

Κων/τίνα Κορώνη	είς μνήμην Ὁλγας Πιζήμολα	\$ 25
Δέσποινα Μηλιοῦ	είς μνήμην Ὁλγας Πιζήμολα	\$ 20

Θερμά εὐχαριστοῦμε τούς εὐλαβεῖς δωρητές καί εὐχόμεθα ὅπως ὁ Κύριος, διά πρεσβειῶν τοῦ Προφήτη Ἡλία, τούς εὐλογεῖ καί προστατεύει πάντοτε.

We warmly thank the devoted donors and pray that the Lord, through the intercessions of the Prophet Elias, may bless them and protect them always.

### **Λόγια Γέροντος**

Μή θίγετε μέ τά λόγια σας τήν τιμή τοῦ πλησίον. Νά χρησιμοποιεῖτε τήν γλώσσα μόνο γιά νά δοξάζετε τόν Θεό καί γιά νά λέτε λόγους ψυχοφελεῖς στούς ἀδελφούς σας. Ἄν θελήσετε νά κακολογήσετε κάποιον, θυμηθεῖτε πρῶτα τίς δικές σας ἀμαρτίες-ὅλες ἐκεῖνες πού κάνατε ἀπό τά νεανικά σας χρόνια μέχρι σήμερα, κατηγορήστε τόν ἑαυτό σας γιά αὐτές καί ἀποφύγετε ἔτσι τήν καταλαλιά. Μήν ξεχνᾶτε ποτέ πώς ἡ ἑνασχόληση μέ τά σφάλματα τῶν ἄλλων ἀποτελεῖ σοβαρό παράπτωμα. Πολεμήστε μέ κάθε τρόπο τό πάθος τοῦ θυμοῦ, καί μέ τήν βοήθεια τοῦ Θεοῦ, αὐτό θά ὑποχωρήσει. Ἄν τυχόν νευριάσετε ἢ ὀργιστεῖτε, εἶναι προτιμότερο νά μήν πεῖτε τίποτε. Ἀπομακρυνθεῖτε ἢ, ἄν κάτι τέτοιο δέν εἶναι εὐκόλο, κλειστε σφιχτά τά χεῖλη σας γιά νά μήν πεταχθεῖ ἔξω ἡ ὀργισμένη φλόγα πού καίει στήν ψυχή σας καί ἀναστατώσει ὅλο σας τό περιβάλλον. Ἡ σιωπή καί ἡ προσευχή εἶναι τό καλύτερο φάρμακο γιά αὐτές τίς στιγμές. Ὄταν ἡ φλόγα τοῦ θυμοῦ σβήσει καί ἡ καρδιά σας γαληνέψει, τότε μόνο μπορεῖτε νά πεῖτε μέ ἀσφάλεια λόγους ὠφελίμους. Ἄν ἐσεῖς γίνατε ἀφορμή νά πικραθεῖ ὁ ἀδελφός σας, χρησιμοποιήστε κάθε τρόπο γιά νά ἀπαλλαγεῖ ἀπό τή λύπη πού τοῦ δημιουργήσατε.

### **Words of an Elder**

Do not insult the honour of your neighbour with your words. Use language only to glorify God and to say kind words to your brothers and sisters. If you want to malign someone, first remember your own sins - all those that you did from your youth until today. Blame yourself for them and thus avoid the scourge. Never forget that dealing with the mistakes of others is a serious offence. Fight the passion of anger in every way, and with the help of God, it will go away. If you get very angry, it is better not to say anything. Leave, or if that is not practicable, close your lips tightly so that the angry flame that burns in your soul won't come out and disturb your whole environment. Silence and prayer are the best medicine for these moments. When the flame of anger is extinguished and your heart calms down, then only can you safely say words of benefit. If you have become the cause of your brother's grief, use every way to get rid of the sorrow you created for him.

## Περί νηστείας

Ἡ νηστεία εἶναι ὁ καθαιρέτης τῶν δαιμόνων. Μέ νηστεία καί προσευχή, εἶπε ὁ Κύριος, ἐξέρχεται τό γένος τῶν δαιμόνων. Σέ στομάχι γεμάτο τό Ἅγιον Πνεῦμα δέν εἰσέρχεται, δέν ἐπισκιάζει τό Ἅγιο Πνεῦμα. Κάθε Χριστιανός πού θέλει νά ζήσει χριστιανικά πρέπει νά βάλλει θεμέλιο τήν νηστεία, τήν προσευχή καί τήν νήψη, τότε ὁ ἄνθρωπος ἔρχεται σέ μεγάλο μέτρο ἀρετῆς. Ἡ ἀσθένεια εἶναι μιά ἀκούσια νηστεία, ὁ ἀσθενής μέ τήν ὑπομονή καί εὐχαριστία θά ἀναπληρώσει τήν νηστεία του, πού δέν μπορεῖ νά κάνει λόγω τῆς ἀσθενείας. Ὅταν μᾶς ἐπισκιάσει ἡ δύναμη τοῦ Χριστοῦ, τότε εἴμεθα πάρα πολύ δυνατοί. Ὅταν ἡ νηστεία συμπορεύεται, ἐνισχύεται, πλαισιώνεται μέ προσευχή, μέ μελέτη, μέ νήψη, μέ ἐκκλησιασμό, μέ ἐξομολόγηση, μέ θεία μετάληψη, μέ καλά ἔργα καί τήν ἐλεημοσύνη, τότε ὀλοκληρώνεται ἡ ὁμορφιά τῆς προετοιμασίας τῆς ψυχῆς γιά τήν ὑποδοχή τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς.

## About fasting

Fasting is the catastrophe of demons. With fasting and prayer, said the Lord, demons leaves. It does not enter a stomach full of the Holy Spirit, it does not overshadow the Holy Spirit. Every Christian who wants to live a Christian life must lay the foundation of fasting, prayer and meditation, then he can come to a great measure of virtue. Sickness is an involuntary fasting; the patient with patience and gratitude will make up for the fasting which he cannot do because of the illness. When the grace of Jesus overshadows us, we become very strong. When fasting is accompanied and strengthened and framed by prayer, study, contemplation, frequent Church attendance, confession, Holy Communion, good works and almsgiving, the beauty of the preparation of the soul is completed for the welcoming of the Forty Days of Great Lent.

## Θάνατος-Κηδεία

Τήν Τρίτη 18 Ἰανουαρίου, ἐκοιμήθει ὁ ἐκ Σαμοθράκης καταγόμενος μακαριστός π. Θεόδωρος Κούσιαντας εἰς ἡλικίαν 88 ἐτῶν. Ἡ ἐξόδιος ἀκολουθία τοῦ ἀειμνήστου, ἐψάλλει στόν Ἱερό Ναό Ἁγ. Ἀντωνίου τήν περασμένη Πέμπτη 27 Ἰανουαρίου. Εὐχόμεθα ὅπως ὁ Κύριος ἀναπαύει τόν ἀείμνηστο μετά τῶν δικαίων.

## Death- Funeral

On Tuesday, January 18, Fr. Theodoros Kousiantas, originally from Samothrace Greece, passed away at the age of 88. His funeral officiated last Thursday, January 27<sup>th</sup> at St. Anthony's Church Prospect. May God repose his soul among the saints.